

Backofengemüse

(4 Personen)

Dies ist ein Gemüsegericht, das der gesamten Familie schmeckt. Evtl. kannst Du für die Familie noch Kartoffeln oder Vollkornbrot dazu anbieten.

Gemüse nach Wahl (z.B. Möhren, Kürbis, Zucchini, Zwiebeln, grüne Bohnen, Fenchel, Champignons ...)

4-8 EL Olivenöl

Knoblauch (nach Belieben)

Gemischte getrocknete Kräuter (Thymian, Oregano, Basilikum, Rosmarin)

Salz,

schwarzer Pfeffer

Das Gemüse waschen, putzen und in dünne Scheiben schneiden, grüne Bohnen in kleine Stücke.

In einer Schüssel das Öl mit den Kräutern vermischen. Das Gemüse dazugeben und gut mischen.

Auf 2 Backblechen auf Backpapier verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Im Backofen (Heißluft 160 Grad) ca. 20 Minuten backen. Vorab einen Vorspeisensalat servieren.